

# مقایسه وضعیت سطح سلامت عمومی، آمادگی جسمانی، سطح فعالیت بدنی و ترکیب بدنی معلمان تربیت بدنی و غیرتربیت بدنی در شهرستان رضوانشهر

محمیا جدی \*، 60،

1395-10-30

چکیده هدف از تحقیق حاضر، مقایسه سطح سلامت، آمادگی جسمانی، ترکیب بدنی و سلامت عمومی معلمان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی شهرستان رضوانشهر بود. بدین منظور از مجموع معلمان، 125 نفر به عنوان نمونه، که تعداد 77 نفر آنان معلمان غیر تربیت بدنی (زن و مرد) و 48 نفر معلمان تربیت بدنی (زن و مرد) به ترتیب بامیانگین  $BMI = 57/1 \pm 98/25$  کیلو گرم بر مترمربع برای مردان غیر تربیت بدنی و  $BMI = 25/2 \pm 34/26$  برای زنان تربیت بدنی و همچنین  $BMI = 57/1 \pm 98/25$  برای زنان تربیت بدنی و  $BMI = 67/1 \pm 59/26$  برای مردان تربیت بدنی از بین کل معلمان آموزش و پرورش شهرستان رضوانشهر انتخاب شدند، برای اجرای این تحقیق، نخست آزمودنی ها دو پرسشنامه سطح سلامت عمومی گلدبرک (28) و پرسشنامه سطح فعالیت بدنی یک را تکمیل کردند، سپس وزن، قد آزمودنی ها قبل از انجام تست های عملی اندازه گیری شد. از مونهای عوامل آمادگی جسمانی شامل اندازه گیری قدرت (توپ مدیسنا)، لانعطاف پذیر، (تخته انعطاف)، استقامت عضلات شکم (درازونشسته)، آزمون دستگاه قلبی و تنفسی (دویدن یک مایله) و ترکیب بدنی شامل اندازه گیری  $BMI$  و  $WHR$  و درصد چربی بدن بود. از آزمون  $t$  مستقل با نرم افزار SPSS با نسخه 22 با  $\alpha = 05/0$  استفاده شد. نتایج سطح فعالیت بدنی حاکی از آن بود که در مقایسه سطح فعالیت بدنی، زنان معلم تربیت بدنی دارای مقادیر فعالیت بدنی بیشتری نسبت به معلمان غیر تربیت بدنی زن بودند. همچنین مقایسه سطح فعالیت بدنی در مردان نیز نشان دهنده بیشتر بودن آن در معلمان مرد تربیت بدنی نسبت به معلمان مرد غیر تربیت بدنی بود. مقایسه سلامت عمومی معلمان زن تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی نشان داد که تفاوت معناداری بین معلمان زن تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی وجود نداشت. مقایسه تفاوتها در مردان معلم تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی حاکی از کمتر بودن یا به عبارتی بهتر بودن نمره سلامت عمومی در مردان معلم تربیت بدنی نسبت به معلمان مرد غیر تربیت بدنی بود. مقایسه متغیرهای منتخب ترکیب بدنی شامل  $BMI$  گروه دو این که داد نشان بدنی تربیت غیر وزنان بدنی تربیت معلم زنان بین چربی و درصد  $WHR =$  تفاوت معناداری را در ترکیب بدن نداشتند. در این بررسی این تفاوت ها بین مردان معلم تربیت بدنی و مردان غیر تربیت بدنی مشاهده شد که مردان تربیت بدنی دارای میزان  $WHR$  کمتری نسبت به معلمان مرد غیر تربیت بدنی بودند. با این وجود در دو متغیر دیگر شامل  $BMI$  و درصد چربی تفاوت معناداری مشاهده نشد.

---

**کلمات کلیدی : واژگان کلیدی : سلامت عمومی ، آمادگی جسمانی ، معلم تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی**

[Islamic Azad University, Rasht Branch - Thesis Database](#)

[دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت - سامانه بانک اطلاعات پایان نامه ها](#)